

Здравствуй, малыш!

(оформляемся в детский сад / памятка для родителей (законных представителей))

Уважаемые родители!

Мы очень рады, что Ваш ребенок будет посещать наш детский сад!

В жизни Вашей семьи произошло важное событие: ваш малыш идёт в детский сад! Поздравляем!

Все волнения по поводу выбора детского сада, получения направления уже позади. Но встаёт вопрос, как же Ваш такой маленький ребёнок привыкнет к новой для него обстановке? Как облегчить ему этот период?

Отрыв от дома, родных, встреча с новыми взрослыми и детьми могут стать серьезным стрессовым фактором. Очень важно, чтобы этот переход был плавным, мягким.

Продолжительность адаптационного периода индивидуальна. Привыкание к ДОО это еще и тест для родителей, показатель того, насколько они готовы поддерживать ребёнка, помогать ему преодолевать трудности.

Для того чтобы прийти в детский сад, Вам необходим пакет документов:

1. Направление для зачисления в дошкольное образовательное учреждение, выданное комиссией по учету детей и комплектованию образовательных организаций Коношского муниципального района
2. Копия свидетельства о рождении ребенка;
3. Копия свидетельства о регистрации ребенка по месту жительства или по месту пребывания на закрепленной территории или документ, содержащий сведения о регистрации ребенка по месту жительства или по месту пребывания;
4. Копия СНИЛС, медицинского полиса ребенка;
5. Медицинская карта ребенка 26-ф с медосмотром (врачи), история развития, справка от педиатра ("здоров, детский коллектив посещать может", подпись, печать);
6. Прививочный сертификат;
7. Копии паспортов родителей (законных представителей);
8. Договор, заявление на компенсацию части родительской платы, заявление о приеме в ДОО и разрешение на обработку персональных данных заполняются в детском саду при приеме.
9. Пакет документов для получения компенсации части родительской платы;
10. Копия документов, подтверждающих льготу (если есть).

Рекомендации по подготовке ребенка к посещению детского сада

Каких врачей необходимо обойти перед детским садом?

В поликлинике, в которой наблюдается малыш, вам выдадут "Медицинскую карту ребенка» форма №026/у-2000. В этом документе будут накапливаться сведения о состоянии здоровья малыша из года в год, до тех пор, пока он не достигнет семнадцати лет. Этот документ будет сопровождать его во всех детских и образовательных учреждениях.

Кроме паспортных данных, в этой карте проставлены сведения о состоянии здоровья ребенка до настоящей диспансеризации, о перенесенных заболеваниях, аллергических реакциях, о проведенных профилактических прививках и т.д.

Сама диспансеризация предполагает осмотр:

-хирурга - для выявления возможных дефектов развития, требующих хирургической коррекции;

-ортопеда, который сможет выявить различные изменения осанки, начальные стадии искривления позвоночника, плоскостопие и т.д.;

-невропатолога, который сможет отметить особенности нервной системы ребенка, его склонность к различным невротическим реакциям;

-окулиста - он должен определить остроту зрения, а также необходимость его коррекции;

-отоларинголога, который расскажет вам об особенностях строения носоглотки малыша, о возможной склонности к заболеваниям уха, горла и носа и даст рекомендации по их профилактике;

-дерматолога, который оценит состояние кожи ребенка. Это особенно важно для детей с аллергическими заболеваниями; кроме того, некоторые изменения кожи, принимаемые родителями и даже врачами за так называемый диатез, могут быть проявлениями чесотки или грибковыми поражениями кожи, которые необходимо лечить;

-особая задача стоит перед **психологом**: на основании скрупулезного обсуждения с родителями и поведения ребенка он должен дать рекомендации по его индивидуальной подготовке к вхождению в детский коллектив;

-педиатр, после осмотра ребенка, назначает дополнительные исследования: общий анализ крови, анализ мочи, исследование кала на гельминты, в зависимости от показаний - электрокардиограмму, измерение артериального

давления, ультразвуковое исследование органов брюшной полости и другие исследования, а также консультации кардиолога, нефролога, гастроэнтеролога и других специалистов.

В результате анализа всех данных о состоянии здоровья ребенка **педиатром** формируется полный диагноз, дается медико-педагогическое заключение о его готовности находиться в детском коллективе общего типа.

Режим работы:

5 дней в неделю, с 07.00 до 19.00

Выходные дни: суббота, воскресенье, общегосударственные праздники.

Приём детей: с 07.00 до 08.00

Детский сад функционирует с 1984 года.

Количество групп – 6.

Возрастной состав групп с 1,5 – до 8-х лет.

ВНИМАНИЕ!

Чтобы избежать случаев травматизма, родителям необходимо проверить содержимое карманов в одежде ребёнка на наличие опасных предметов (острые, режущие, стеклянные, мелкие предметы, таблетки, леденцы, жвачку...).

Ребёнок, после перенесенного заболевания, а также отсутствия более 5 дней (за исключением выходных и праздничных дней) принимается в детский сад только при наличии справки с указанием диагноза, длительности заболевания, сведений об отсутствии контакта с инфекционными больными.

К моменту посещения детского сада Ваш ребёнок должен быть отучен от груди, соски, бутылочки и памперса.

Примерный режим дня в детском саду

Приём, осмотр, игровая терапия. 07.00 – 08.00

Утренняя гимнастика. 08.00 – 08.10

Подготовка к завтраку, завтрак 08.10 – 08.30

Игры, самостоятельная деятельность 08.30 – 09.00

Образовательная деятельность по подгруппам 09.10 – 09.40

Второй завтрак. 09.30 – 09.45
Подготовка к прогулке, прогулка 09.45 – 11.00
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры. 11.00 – 11.20
Подготовка к обеду, обед. 11.20 – 11.50
Гигиенические процедуры, дневной сон. 11.55 – 15.00
Постепенный подъем, гигиенические процедуры. 15.00 – 15.05
Образовательная деятельность по подгруппам 15.05 – 15.25
Подготовка к уплотненному полднику, полдник 15.25 – 15.50
Подготовка к прогулке, прогулка 15.50 – 18.30
Возвращение с прогулки, гигиенические процедуры. 18.30 – 18.40
Игры, самостоятельная деятельность, уход домой 18.40 – 19.00

Для создания комфортных условий пребывания ребёнка в детском саду необходимо:

- не менее трёх комплектов сменного белья (мальчикам – трусики, колготки, шортики, носочки; девочкам – трусики, колготки, носочки или гольфы). Верхняя одежда для прогулки (куртка, штаны, рукавицы и т.д.)
- достаточное количество носовых платков (носовой платок необходим ребёнку и на прогулке: пожалуйста, положите платок в карман верхней одежды).
- пакет для использованного белья.
- всю одежду необходимо промаркировать (написать имя полностью).
- опрятный вид, застегнутая на все пуговицы одежда и обувь;
- умытое лицо;
- чистый нос, руки, подстриженные ногти;
- подстриженные и тщательно расчесанные волосы (если у девочек длинные волосы, то необходимо собрать их);
- чистое нижнее белье;
- одежда должна соответствовать размеру (не слишком велика и тем более маловата);
- завязки и застёжки на одежде должны быть расположены так, чтобы ребёнок мог сам себя обслужить;
- нежелательно ношение комбинезонов (это мешает формированию самостоятельных культурно-гигиенических навыков);
- обувь должна быть легкой, соответствовать ноге ребёнка, легко сниматься и надеваться, имеет фиксированную пятку (задник), невысокий каблук, удобную на застёжку. Не допускается ношение шлепок, сланцев.

Адаптация – это сложный процесс приспособления организма, который происходит на разных уровнях: физиологическом, социально-психологическом.

Чтобы первые недели пребывания в детском саду прошли по возможности без стрессовых ситуаций примите к сведению следующие рекомендации:

1. Рассказывайте ребёнку, что такое детский сад, зачем туда ходят дети, почему родители хотят, чтобы малыш посещал детский сад. Целесообразно провести с ребенком беседы: «Детский сад – это такой красивый большой дом, куда мамы и папы приводят своих детей. Мы бы очень хотели, чтобы ты познакомился и подружился с другими детьми и взрослыми. В детском саду все приспособлено для детей. Там маленькие столики и стульчики, кровати, маленькие раковинки для умывания, маленькие шкафчики, много красивых игрушек. В саду тебе будет очень интересно и весело...».

Проходя мимо детского сада, с радостью напоминайте ребенку о том, как ему повезло – осенью он сможет туда ходить. В присутствии малыша расскажите родственникам и знакомым о большой удаче – его приняли в детский садик.

Учите малыша знакомиться с другими детьми, обращаться к ним по имени; просить, а не отнимать игрушки. А так же проявлять внимание и сочувствие к сверстникам (делиться игрушками, уступать); отзываться на просьбу сверстника, помогать ему; называть по имени и отчеству воспитателей группы, знать свое имя, бережно относиться к вещам и игрушкам. В игре доброжелательно и с симпатией относиться к товарищам, играть вместе с другими детьми, совместно с другими детьми пользоваться игрушками.

2. Постарайтесь наладить правильный распорядок дня, заранее познакомьтесь с режимом детского сада и максимально приблизьте к нему условия воспитания в семье (более ранний подъем, время дневного сна и приёма пищи...). Если у малыша плохой аппетит, не кормите его насильно. Постарайтесь приблизить домашний рацион к рациону детского сада. Исключите из питания ребенка протертую пищу.

В доме необходимо создать спокойную обстановку, с пониманием относиться к эмоциональному напряжению ребёнка. Следует пораньше укладывать малыша на ночной сон после теплой ванны. Общение с ребенком в этот период должно быть особенно ласковым.

3. С воспитателем группы, куда поступил ребенок, необходимо познакомиться заранее. Сообщить ему, каким ласковым словом (именем) называют дома ребенка, рассказать о его привычках, особенностях поведения и других подробностях домашней жизни.

Помните, что на привыкание ребенка в детском саду может потребоваться до полугода. Лучше, если на этот период у семьи будет возможность подстроиться к особенностям адаптации малыша.

Ребенок привыкнет тем быстрее, чем с большим количеством детей и взрослых он построит взаимоотношения. Помогите ребенку в этом. Познакомьтесь с другими родителями и их детьми. Называйте других детей в присутствии вашего ребенка по имени. Спрашивайте дома своего малыша о Лене, Толе и т.д. Поощряйте обращения вашего ребенка за помощью и поддержкой к другим людям в вашем присутствии.

4. В присутствии ребенка избегайте критических замечаний в адрес детского сада и его сотрудников. Никогда не пугайте ребенка детским садом

5. В период адаптации эмоционально поддерживайте малыша. Теперь вы проводите с ним меньше времени – компенсируйте это качеством общения: чаще обнимайте ребенка, интересуйтесь его успехами и неудачами, отмечайте любые изменения его настроения. Демонстрируйте ребёнку свою любовь и заботу. Все время объяснять ребенку, что он для Вас, как и прежде, дорог и любим.

6. Научите ребенка управляться с одеждой самостоятельно. Позаботьтесь о том, чтобы все вещи были максимально простыми и удобными, без лишних застежек или пуговиц, ботинки на липучках. Шапку и шарф лучше заменить на шапку-шлем – и шею не дует, и надевать проще. Вместо рубашек приготовьте водолазки, вместо кофт – свитера. Главное, чтобы ребенок быстро собирался на прогулку и был аккуратным и опрятным.

Не кутайте ребенка, одевайте его так, как необходимо в соответствии с температурой в группе и во время прогулок на улице по сезону;

7. Чтобы ребенку было легко убирать свои вещи, позаботьтесь о петельках на одежде, удобных для ребенка. Сделайте маркировку одежды. Целесообразно указать не только имя и фамилию, но и условный символ (цветок, бабочка и т.д.), познакомьте с ним малыша, чтобы он легко узнал свою одежду. Дома организуйте вешалку для верхней одежды ребенка так, чтобы она была доступна малышу, и чтобы он сам мог самостоятельно после прогулки вешать туда свою одежду. Не делайте этого за ребенка, но наблюдайте, направляйте его, помогайте ему, напоминайте, хвалите за то, что он сам, без напоминания, убирает свои вещи на место.

8. Перед сном поставьте рядом с кроватью стульчик для одежды. Приучайте его снимать одежду самостоятельно и складывать ее на стульчике, а утром надевать чистую одежду, которую вы приготовили. Стремитесь к тому, чтобы ребенок знал название одежды и правильно указывал на нее. Когда ребенок одевается и раздевается, будьте рядом с ним, поощряйте, используя игровые приемы. При необходимости помогайте ребенку советами, выраженными в спокойном тоне. Не торопите ребенка, сохраняйте

спокойствие: навык самообслуживания требует усилий, терпения и многократных повторений. Предоставьте ребенку возможность овладевать необходимыми навыками, в том числе и культурно-гигиеническими.

9. Обучайте ребенка здороваться и прощаться со взрослыми, сверстниками, употребляя слова, выражающие просьбу, благодарность (спасибо, пожалуйста); выполнять элементарные правила культурного поведения на улице и в помещении; не топтать зеленые насаждения, бросать мусор в предназначенных местах, аккуратно пользоваться туалетом, не выходить из-за стола не окончив еды, говорить «спасибо» и т.д. Необходимо помнить, что родители образец для поведения - что делают родители, то делают и дети!

10. Заранее прививайте ребёнку необходимые навыки самообслуживания;

11. Заблаговременно сделайте необходимые прививки; повысьте роль закаливающих мероприятий;

12. Постарайтесь избавить ребёнка от вредных привычек (сосание пальцев и грызение ногтей, приём пищи из бутылочки, постоянное сосание пустышки, сон с обязательным укачиванием);

13. В первые дни ребёнок остается в детском саду на 1-2 часа, затем его пребывание доводится до полного дня в течение 2-3-х недель;

14. Желательно дать ребёнку пару дней отдыха, если он категорически отказывается идти в детский сад;

15. Если ребёнку и маме очень тяжело расставаться, тогда отводить ребёнка в детский сад может отец или кто-то еще из близких. Не проявляйте перед ребёнком своего волнения и беспокойства, будьте терпеливы;

16. Не затягивайте момент расставания с ребёнком в детском саду, но и не уходите тайком (заранее придумайте и отрепетируйте несколько разных способов прощания: воздушный поцелуй, поглаживание по спинке...);

17. Не перегружайте ребёнка новой информацией, не посещайте многолюдные места и не принимайте дома шумные компании; На время прекратить походы в цирк, в гости; сократить просмотр телевизионных передач;

Скорее всего, если вы постараетесь выполнить все эти условия, то Ваш малыш прекрасно справится с изменениями в его жизни. Задача родителей в это время быть спокойными, терпеливыми, внимательными и заботливыми.

Типичные ошибки родителей (в период адаптации ребёнка к ДОО)

1. В выходные стоит придерживаться режима дня, принятого в ДОО, повторять все виды деятельности, которым малыш уже обучился. Резкие изменения режима даже на протяжении нескольких дней выбивают ребенка из привычного ритма и вызывают излишнюю нервозность.
2. Обвинение и наказание ребёнка за слёзы. Неготовность родителей к негативной реакции ребенка на ДОО (помните, что для малыша – это первый социальный опыт, плаксивость, некоторая истеричность в период адаптации к ДОО нормальна).
3. Ранний выход на работу (когда Ваша первая рабочая неделя после декрета совпадает с первой неделей пребывания ребенка в детском саду). Помните и возможных частых заболеваниях ребёнка на начальном периоде посещения ДОО.
4. Пребывание в состоянии обеспокоенности, тревожности (не думайте об общественном мнении, когда Ваш ребёнок кричит в раздевалке по утрам, чрез это проходят все родители, и это вовсе не значит, что вы недостаточно хороши в роли «мамы» или «папы»).
5. Пониженное внимание к ребёнку (довольные работой ДОО, некоторые мамы облегченно вздыхают и уже не так много внимания, как раньше, уделяют малышу). Наоборот, как можно больше времени проводите с ребёнком в период адаптации.
6. В первый год посещения детского сада мы не рекомендуем записывать ребенка на дополнительные занятия, кружки или секции.
7. Не обсуждаете при ребенке волнующие Вас проблемы, связанные с детским садом.
8. Не нервничать и не показывать свою тревогу накануне поступления ребенка в детский сад;

Удачи! Мы рядом с Вами! У нас всё получится!

